



RECOMENDAÇÕES PRÉ-OPERATÓRIAS

RECOMENDAÇÕES PARA SEGUIR ATÉ A VÉSPERA DA OPERAÇÃO:

- a) Emagreça o máximo possível, isso diminui o risco e facilita a operação
- b) Se possível, faça atividade física (caminhadas por exemplo) diariamente até a véspera da operação
- d) Coma o mínimo possível de carboidratos (doces, açúcares, massas, sorvete, bombom, chocolate, sobremesa, refrigerantes normais, mel, leite condensado, milk-shake)
- e) Não coma frituras ou alimentos gordurosos ou oleosos
- f) Não beber bebida alcoólica
- g) Faltado uma semana para a cirurgia (ou até mesmo antes disso), comece a fazer os exercícios com o Respirom (4x / dia, 40 repetições, no número 2)
- h) **NÃO FAÇA DESPEDIDA DE COMIDA** (alguns pacientes decidem comer "tudo" que aguentarem como se fosse pra se despedir da comida antes da operação). Se fizer isso, é possível que gere esteatose hepática (acúmulo de gordura no fígado), dificulte muito a operação e aumente o risco
- i) Nos 3 dias antes da operação, só se alimente com líquidos, conforme recomendação da nutricionista
- j) Na véspera da operação, vá em uma farmácia e peça que lhe apliquem 01 injeção subcutânea (não é no músculo) de Enoxaparina (ou Clexane ou Versa) 40mg às 8h da noite (use a receita que eu lhe entreguei). Se não conseguir alguma farmácia que aplique, pode também procurar o hospital onde será a operação levando a receita
- k) Não é para se internar na véspera da operação
- l) Compre um par de meias elásticas de média compressão 3/4 (até o joelho). Não precisa iniciar seu uso antes da operação, mas você deverá leva-las para o hospital.
- m) Se estiver tomando Ômega 3 ou Aspirina (AAS) antes da cirurgia, é obrigatório suspender seu uso 7 dias antes porque senão pode causar hemorragia. Mounjaro tem que suspender 3 semanas antes



NO DIA DA CIRURGIA:

- a) Acorde-se cedo e tome um banho rigoroso, limpando com ênfase especial o umbigo, as axilas e a virilha.
- b) Basta se internar 2-3h antes da operação, não precisa internar na véspera nem fazer lavagem intestinal. Se você ainda não sabe que horas ela acontecerá, entre em contato comigo mais próximo da data para saber ao certo o horário e se internar de acordo.
- c) A alimentação deverá ser suspensa 6h antes da cirurgia. Sendo assim, se a operação for às 13h, você poderá tomar líquidos até às 7h da manhã. No entanto, água e água de coco você pode ingerir até 3 horas antes da cirurgia. No dia da operação não tome leite.
- d) Quando for para o hospital leve consigo todos os exames pré-operatórios, todos os pareceres pré-op, a guia do convênio, o respiron e as meias elásticas de média compressão.
- e) Depois que você se internar, será encaminhado ao apartamento e deverá aguardar a hora que for chamado para ir ao centro cirúrgico
- f) No centro cirúrgico, você terá uma veia puncionada para colocação de soro e o anestesista fará você dormir antes de iniciar a anestesia propriamente dita
- g) Não há previsão de serem usados sonda urinárias, drenos no abdome nem sondas no nariz. Somente em casos excepcionais é que elas são empregadas
- h) Após a cirurgia, você será levado para a sala de recuperação anestésica e lá permanecerá sob cuidados do anestesista por volta de duas ou três horas até que você esteja bem acordado. Depois disso, será levado de volta ao seu apartamento e para junto de familiares / acompanhantes. Somente em raríssimos casos é que é necessário ir para a UTI
- i) Ao chegar no apartamento, não precisa ficar calado. É mito que não se deve falar para evitar “gases”. É IMPORTANTÍSSIMO que você não fique “imóvel” na cama. Você pode (e deve) deitar-se de lado também, e procure mudar de posição a cada 30 minutos. Também a cada 30 minutos, faça exercícios de flexão nas pernas e nos tornozelos. Lembre-se também de fazer uma inspiração bem profunda a cada 20 minutos. Peça que lhe coloquem as meias elásticas
- j) A cama deverá ficar com a cabeceira inclinada a 30°. Cobre isso da enfermagem
- k) Quando estiver se sentindo bem disposto, pode se sentar na cama. Se tiver dificuldade de urinar nas primeiras horas, também pode ficar em pé ao lado da cama caso prefira evitar a paradeira. Se não estiver tonto, pode até caminhar até o banheiro, mas com ajuda
- l) Observe que as primeiras horas são as piores, pois você poderá ainda estar um pouco “enjoado” por causa da anestesia e você poderá sentir náuseas ou um pouco de dor. Caso sinta algum destes sintomas, avise a enfermagem que esta providenciará o remédio necessário. No dia seguinte você estará se sentindo MUITO melhor!





NO DIA SEGUINTE À CIRURGIA:

- a) Você amanhecerá BEM MELHOR. A dor será mínima e você se sentirá mais disposto. Logo cedo, poderá tomar banho.
- b) O banho poderá ser como qualquer banho normal. Você pode molhar diretamente as pequenas incisões. Pode também lavar o cabelo. Não deverá trocar o curativo depois
- c) É **ALTAMENTE RECOMENDÁVEL** que você passe a maior parte do tempo sentado ou caminhando. Procure ficar na cama somente quando estiver cansado ou quiser dormir. Isso é muito importante
- d) Quando for se levantar a primeira vez, primeiro fique sentado na cama e espere uns 5 minutos. Depois fique em pé ao lado da cama novamente mais uns 5 minutos. Isto é importante porque na primeira vez que a pessoa se levanta depois de uma operação, às vezes ela sente tontura e pode até cair se não tiver este cuidado. Da segunda vez em diante, não precisa mais ter esse cuidado
- e) Faça a fisioterapia com o RESPIRON de duas em duas horas. Isto é **MUITO IMPORTANTE**. É bom sempre caminhar pelos corredores e quando voltar para o apartamento, sentar e fazer o exercício com o respiron. Neste dia, faça-o com o ajuste no número 0
- f) Você desde as 7h da manhã estará autorizado a tomar líquidos (água, chá, água de coco, sucos). Deverá tomar os líquidos em copinhos de café descartável (50ml) sendo 01 copinho a cada 20 ou 30 minutos. Cada copinho que beber, empilhe para que possamos contar quantos você conseguiu beber depois. Não force a tomado dos líquidos caso sinta náuseas.
- g) À tarde, você receberá minha visita e se tudo estiver bem, a alta é dada nesse momento. Caso ainda haja algum problema, a alta costuma ser dada no dia seguinte

Se tiver qualquer dúvida, entre em contato comigo no fone (86) 99437-3338, 3131-7800 ou no e-mail drgustavosantos@hotmail.com.

Dr. Gustavo Santos de Sousa
Cirurgia Geral e do Ap. Digestivo
CRM 2387 – CPF 327.431.573-72